

令和元年度「第3回ケアラーズ交流会」開催報告

【日時】令和元年9月24日（火）13:00～15:00

【場所】集い場 木かげ（住吉商店街）

【参加】ケアラー 2名、ケアラーサポーター 2名

医歯薬学総合研究科 井口茂教授

ダイバーシティ推進センター 内野介護コンシェルジュ



令和元年度第3回ケアラーズ交流会を上記のとおり開催いたしました。

最初に、医歯薬学総合研究科の井口先生は、参加者に多次元介護負担感尺度（BIC-11）のアンケートとり、その後詳しく説明されました。家族の介護を通して、自分が何に負担を感じているのか、時間的・心理的・実存的（やりがい、何のために）・身体的・サービス関連について分類し、それを知ることで対処法を考えるきっかけにしてほしいと話されました。

今回は2名のケアラーが参加され、個々の現状や悩みを話し、いろいろな意見が飛び交いました。それぞれが日々の介護を一生懸命にされており、それぞれの悩みや思いをじっくりお話しでき、笑いの多い会となりました。今回参加されたケアラーさんは、長く家族介護をされており、うまく向き合い発散しながら続けておられ、主催者側やサポーターさんたちも勉強させていただいております。

アンケートでは、「少人数でそれぞれがたくさんお話しできよかった」「いろいろな話ができて良かった」等の感想がありました。また、「男性介護者に会いたい」「男性介護者が出席するよう対策を講じてほしい」等のご意見もいただきました。ご協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。

長崎大学ダイバーシティ推進センターは、介護者が孤立することなく、介護者とともに社会参加できるよう、また介護を1人で抱え込まないように、介護者が持つお互いの悩みや解決策の情報交換の場を作り、地域のケアラーの孤立を防ぎ精神的な支えとなるコミュニティの形成ができるよう、地域のみなさまのお力をお借りしながら取り組んでまいります。この交流会が、お互い助けあえる場、支えあえる場として根付き、参加されたみなさまがほっとして帰ることのできる場となるよう、次回は11月に開催いたします。

